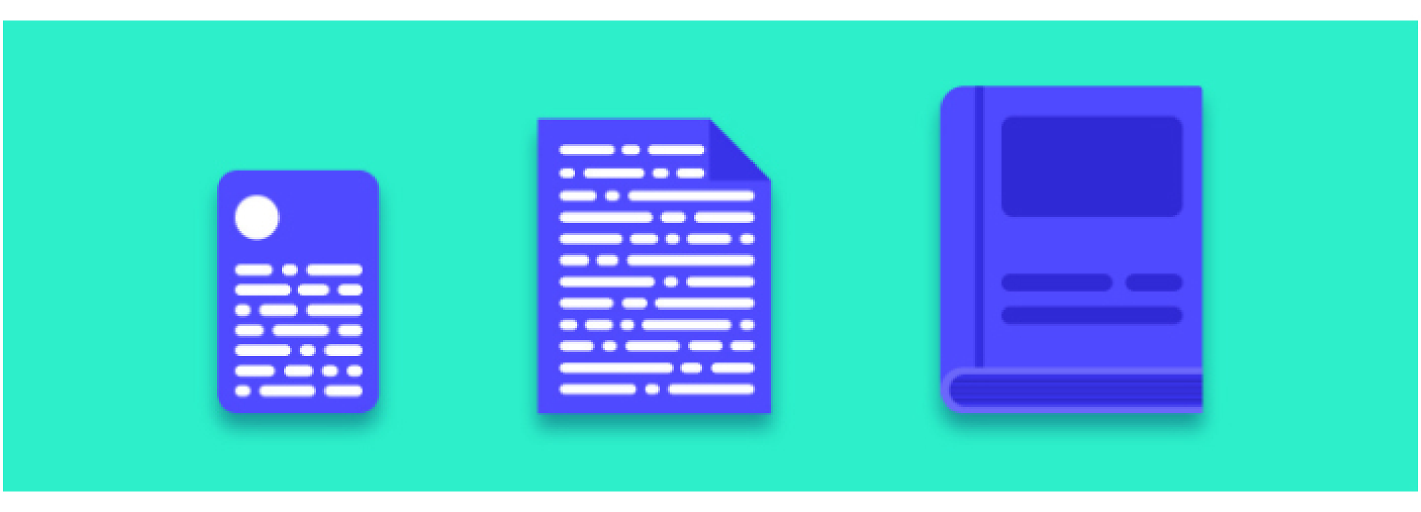


Louiscard

2天前

6.1 重新定义写作的「最小单位」，减少写作的痛苦指数

| 本文为付费栏目文章，您已订阅，可阅读全文 |

Hi，你好，我是 Louiscard 吕江涛，这是你打造信息管理系统的第 26 天，我来给你推荐一个减少写作痛苦指数的方法，让我们重新定义写作的最小单位。

告别初高中时代的写作

大部分人都不喜欢写作，这种厌恶可能从初高中的作文课就开始积累。阅读题目，在空白稿纸上用 45 分钟写满 800 字，时至今日，很多人应该还记得在教室里抓耳挠腮凑不够字数的绝望感受。

写作很难，特别是当大家越来越习惯碎片化阅读和表达，发一个朋友圈都觉得压力重重，聊天也是尽量使用表情包。以后，这项技能可能就越来越退化。

「写作很难」，是一个被植入到很多人心中的一个不可撼动的观点，像一条诅咒一样。可是仔细想想，我们每天都在说话交流，我们隔三差五总有些新奇古怪的想法，想一想聊一聊很容易，怎么写出来就这么困难了呢？

搞不好，是我们对写作的认识还停留在「上学」那会儿。输出篇的第一部分，我们先一起重现认识下「写作这件事」。

1. 不要憋大招，写作是一种时刻可以发生的行为

我要跟你分享的第一个观点就是：**写作不再是枯坐在教室里完成 800–1000 字的任务，请把写作当成一件每时每刻都在做的事。**它是信息管理的一个必备流程，当你捕获、处理、内化、整理信息时，可能会从一篇古代兵法中洞悉公司人力资源的破题之道，也可能从一场热映的电影中悟到在手文章的框架，甚至在洗澡的时候想明白一个困惑了几个月的人生难题等等。

在这样发现漏洞、洞察联系、产生想法的「啊哈时刻」，你肯定也有记录下来以及分享给他人的冲动。

这就是你写作的触发点，100 字、200 字、500 字 可能一口气 1000 字，从念起到完成一次「最小单位」的写作，也许只需要 10 秒钟。你可能是在睡觉前的朦胧时刻突发奇想，在早起洗漱时妙手偶得，写点什么，可能就是你未来一篇文章、一节课、一本书的种子。

写作的单位应该做「最扩大解释」，发朋友圈是写作、写微博是写作、发邮件是写作、在微信给朋友安利一个 App……都是写作，请把写作的门槛无限降低，每个人都是 Writer，写作以及其他形式的输出和表达，没那么「了不起」。

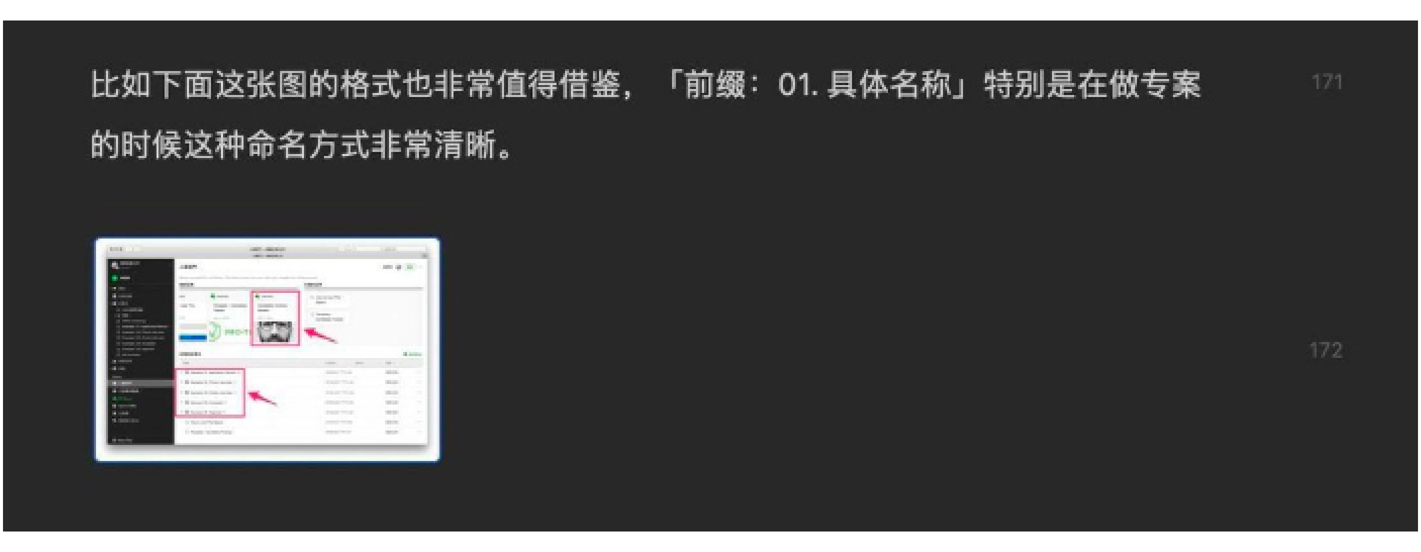
不过，降低写作门槛之后，也不必然导致我们能坚持写作。需要解决一个问题是，我究竟要写什么呢？

2. 永远在一个中长期的写作项目中

高频深入思考是一种能力，也是一种习惯，但在工作节奏越来越快的大背景下，还有这样习惯的人，已经越来越少。不思考还真不是没什么可以思考，我们在前面介绍过类似的观点，恰恰相反，可能是有太多需要思考的内容，反而让人无从选择。

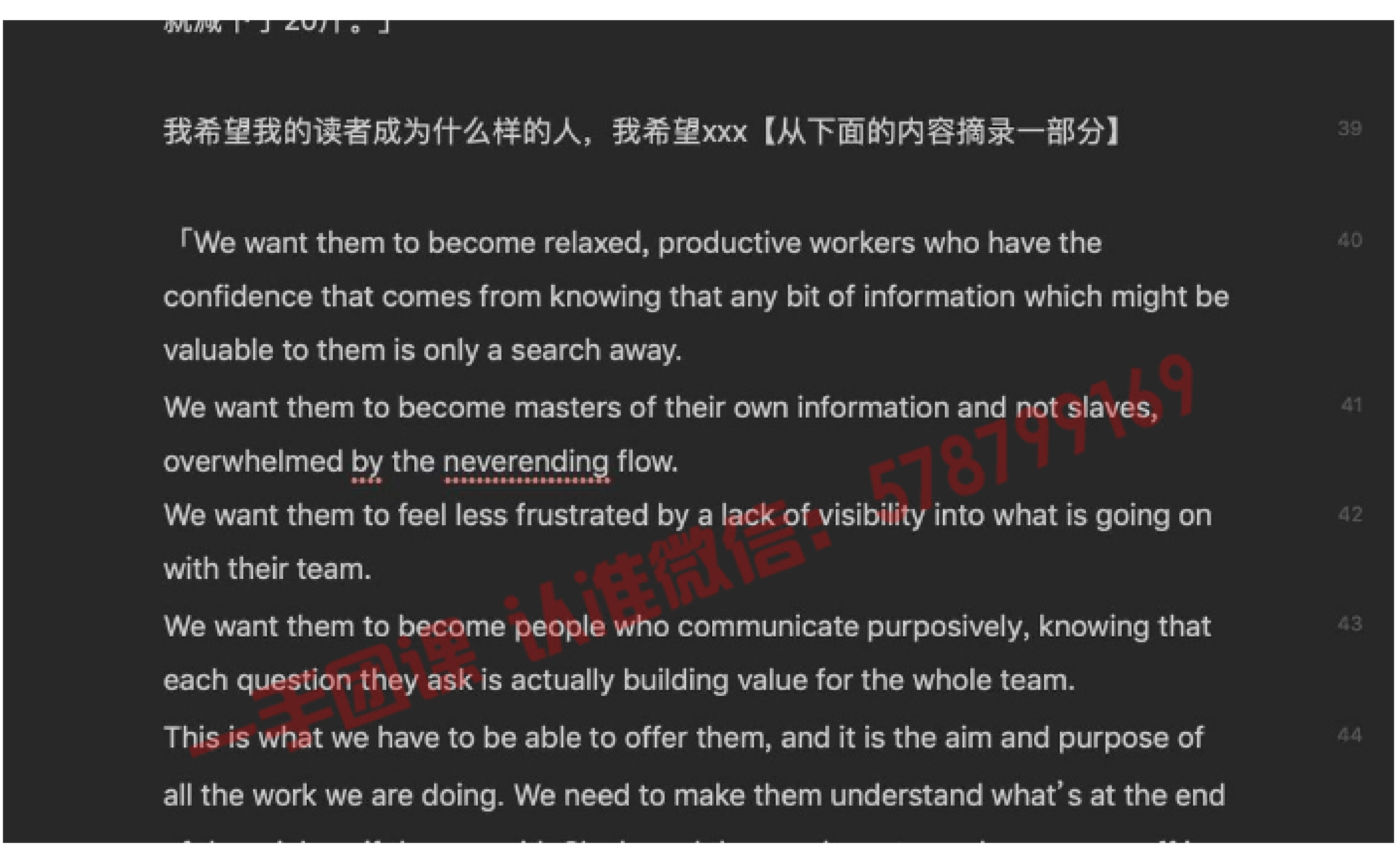
主题过多，导致思考仅仅浮于表面，很难深入并有所沉淀。几十个主题来回切换，看起来都在琢磨，事实上分摊到每一个主题，远远达不到高频，更谈不上深入。解决这个问题的办法就是：**每时每刻都有一个正准备发表的主题。**比如我最近要输出的就是《信息管理教程》，并且聚焦在「输出」部分，本周就要完成更新到教程中。因此，我在这段时间会有意识地思考这个主题，所有有价值的思考也都会先沉淀到这篇文章中。所以，始终有一个需要输出的主题，是高频思考的重要前提之一，它会像一个巨大的磁铁，把你每天所有有价值的信息都吸到这里，创造出美妙的组合。

举个例子，我会过段时间看看 Evernote 的博客，以前就是随便看看，看看有什么新功能。最近因为要写教程，再看相关的文章感受完全不同。看到文章中的各种截图都忍不住认真研究下，比如我在一篇介绍「Space」功能的文章看到的，立刻收录到了信息整理的章节，最终成为了教程第二章节笔记本命名的一个例证：



比如下面这张图的格式也非常值得借鉴，「前缀：01. 具体名称」特别是在做专案的时候这种命名方式非常清晰。

我读到的一篇关于 Slack 的文章也成为了教程序言的重要灵感来源：



我希望我的读者成为什么样的人，我希望xxx【从下面的内容摘录一部分】

「We want them to become relaxed, productive workers who have the confidence that comes from knowing that any bit of information which might be valuable to them is only a search away.

We want them to become masters of their own information and not slaves, overwhelmed by the neverending flow.

We want them to feel less frustrated by a lack of visibility into what is going on with their team.

We want them to become people who communicate purposively, knowing that each question they ask is actually building value for the whole team.

This is what we have to be able to offer them, and it is the aim and purpose of all the work we are doing. We need to make them understand what’s at the end

我建议你制定一个稍微长期的目标，这个目标可以是一本书、一套课程、一次演讲，最好不是一两个礼拜可以完成的。因此，你可以在较长的时间阶段，围绕着一个主题有意识地持续输出。平时写的文章尽量围绕这个主题，和前面提到的设立专属的「信息单位」和专题大纲类似，写作项目是一个比它们目的更明确、性价比更高的信息归宿。

很多人一开始没多想，觉得坚持日更就好，目的就是为了培养自己的写作技能，等技艺娴熟之后再进行真正的创作。从我这几年观察来看，抱着这种心态的朋友往往都坚持不到足够的那一天，正如《华尔街日报是如何讲故事的》在序言里说过这么一段话：

> 优秀的写作从来都是痛苦的产物。如果你没有受伤，你就没有尽力。不过这种痛苦应该是有回报的，这种回报就是创作完成后，从一篇成功作品中产生的深切满足感。令人遗憾的是，许多作者体会到了痛苦，却很少得到这种满足。

所有的写作都应该是有明确且强烈的目的性的，永远不要把「提升写作技能」当做一个目的，即便你最终达到了这个门槛，中间也会绕太远的弯路。**不要将流程设定为：更多阅读、更多思考、定期总结输出。顺序错了，输出启动的时间要早得多。**

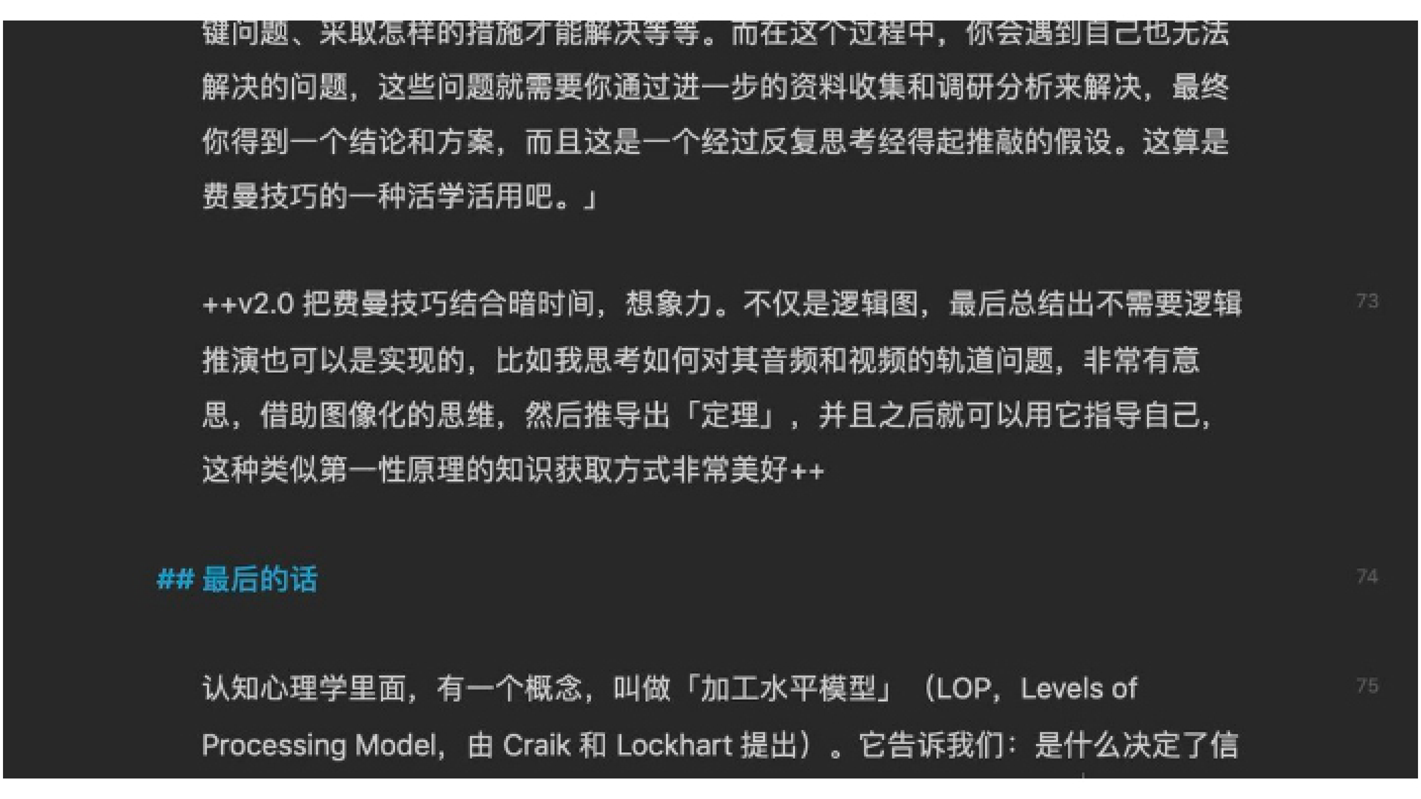
通过输出能够带来最纯粹的成就感，这种成就感会推动你向前发展，而不是满足不安情绪的知道了更多「应该怎样」和虚无缥缈的能力提升。

3. 输出和输入很可能是一件事

我们在前面章节提到的，在阅读的过程中，制作的 Chunk 卡片，这是输入，其实也是输出。如果 Chunk 的输出属性更强，在今后写作调用的时候的成本也就越低。

当我们在阅读的过程中，一定要敏感地发现盲区，使用相关符号（还记得哪个符号吗？）标注然后通过 Google、Wiki、听课、阅读去学习。解决的问题就成了你的写作主题，学习的成果自然就成了你可以输出的原始素材。

还记得我们在第三章的提到的迭代的意识么，你对每个主题、每个概念的理解会随着时间越来越深刻，甚至完全打翻之前的想法。一旦有这样的时刻，马上补充升级相关的大纲文件、chunk 笔记、已发表或待发布的作品，像产品经理一样打造你的「输出最小单位」。比如我在更新这个教程的过程中，同时也做了很多 2.0 版本更新的标记：



键问题、采取怎样的措施才能解决等等。而在这个过程中，你会遇到自己也无法解决的问题，这些问题就需要你通过进一步的资料收集和调研分析来解决，最终你得到一个结论和方案，而且这是一个经过反复思考经得起推敲的假设。这算是费曼技巧的一种活学活用吧。」

++v2.0 把费曼技巧结合暗时间，想象力。不仅是逻辑图，最后总结出不需要逻辑推演也可以是实现的，比如我思考如何对其音频和视频的轨道问题，非常有意思，借助图像化的思维，然后推导出「定理」，并且之后就可以用它指导自己，这种类似第一性原理的知识获取方式非常美好++

最后的话

认知心理学里面，有一个概念，叫做「加工水平模型」（LOP，Levels of Processing Model，由 Craik 和 Lockhart 提出）。它告诉我们：是什么决定了信

目标要大，行动要小。确定一个大目标，然后把每天看书、听课、思考的关于某一个主题的内容都记录下来，哪怕他们只是一句话，或者几百字，然后抽时间把他们扩展成文，不知不觉就是几万字甚至几十万字。我自己这个十几万字的付费教程就是在这种不知不觉地状态下完成了初稿，写到最后都吓自己一跳，怎么就写了这么多字。

4. 如果可能，将所有输出发表

除了写文章、写教程之外，可以积累更多输出方式，找到自己最习惯的一种，如果能找到一个靠谱的小组或者社群，利用同侪压力，借助场域力量，效果更好。

我自己找到的方式之一就是「发微博」，微博是我最喜欢的输出单位之一，压力不大，收获不小，不仅可以低成本表达，还能因此认识一些有意思的朋友，获得不少有价值的反馈。（P.s. 欢迎点击 链接 Follow 我😎）

当你去打磨 140 字的时候，没有压力，花不了多少时间，但是对文字的感受会越来越敏感，那些有着微妙差异的词汇和你更加亲近，时间久了，你会发现对文字的简洁、趣味、风格都会有完全不同的理解，有些时候，你还会设计一些小心思在文字里，像藏一颗彩蛋。

发表是一种非常有意思的操作，一旦你发表，这句话被你记住的概率会大幅提升。另一方面，你也能够获得更多反馈，这种反馈的价值远比我们大多数人想的有价值的多，也会推动你进一步去输出价值。

还有一点很重要就是，最好是**能够将输出拉出层次，日常的零碎输出和阶段性作品输出，这两者应该是联动的，比如 chunk 笔记、微博、朋友圈、公众号文章、微课、线下公开课、线下培训、专业教程、书籍，把输出的层次拉开，所有的积累都能够转化为输出的素材，一点不浪费。**同时这些内容慢慢能够形成你的「素材仓库」，写作的过程也会越来越轻松。

最后的话

写作是一个非常有趣但困难的事情，除了苦大仇深地一味抗拒，想想办法，转化思维、预设模板、用好工具，让写作变成一件更简单的事情。这个时代，个人的价值越来越充分地得被释放，无论是自媒体还是出版、知识付费等等，这些领域的基础设施都已经搭建完毕，只要你让自己的信息管理系统正常运转，跑通自己的写作流程，无论是成为一名自由职业者，还是找一个斜杠事业，都能让你获得与众不同的人生体验。

迟早更新 里提到一句话：

> 让熟悉的事物变得新鲜，让新鲜的事物变得熟悉。

他们说的是播客，其实写作以及类似形式的输出都是如此，希望对你有启发。

一手团课 认准微信：578799169
避免断更：请加微信：578799169